

Heti étlap 2019.03.18. - 2019.03.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	Bölcsi Eger	Magyaros karalábé leves, Halpaprikás, Főtt tésztával	Tojásleves, Tökfőzelék, Zabpelyhes vagdalttal Félbarna kenyér	Frankfurti leves, Félbarna kenyér, Grízes tészta, Lekvárral, Porcukor szóráttal, Mandarin	Meggyleves almával, Eszterházi sertésragu, Párolt rizzsel	Burgonyagombóc leves, Zöldborsó főzelék, Csirke nuggets, Félbarna kenyér										
		Energia: 322.37 Kcal / 1,347.51 KJ		Energia: 378.82 Kcal / 1,583.47 KJ		Energia: 543.82 Kcal / 2,273.17 KJ		Energia: 469.31 Kcal / 1,961.72 KJ		Energia: 386.75 Kcal / 1,616.62 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav			
		15.85 g	11.93 g	2.94 g	15.10 g	20.49 g	4.90 g	15.84 g	10.95 g	2.96 g	15.43 g	16.35 g	5.61 g	24.77 g	11.12 g	1.09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
39.22 g	0.02 g	1.58 g	43.57 g	0.41 g	2.33 g	96.67 g	22.48 g	4.98 g	68.83 g	8.99 g	1.13 g	60.34 g	6.00 g	3.50 g		
1,3,4,7,9,(6)			1,3,7,9			1,3,7,(6),(9),(12)			1,7,10,(12)			1,3,7,9				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Az ételenkénti allergén információkról felvilágosítást a központi diétetika alábbi elérhetőségein kérhető: diietetika@tsgastro.hu; +36 70 614 8011

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető